

BAB V

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

Bab ini berisi kesimpulan dari hasil penelitian yang telah dilakukan. Selain itu, dalam bab ini juga terdapat saran bagi pihak-pihak yang terkait beserta saran bagi penelitian selanjutnya.

A. Simpulan

Berdasarkan penelitian eksperimen yang telah dilakukan kepada mahasiswa perempuan di Kota Bandung, didapatkan hasil bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara *body dissatisfaction* mahasiswa perempuan yang berada di kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat pengaruh *fat talk* terhadap *body dissatisfaction* pada mahasiswa perempuan di Kota Bandung.

B. Rekomendasi

1. Bagi Mahasiswa Perempuan

Mahasiswa perempuan diharapkan untuk tidak melakukan *fat talk* dan tidak terlalu terfokus pada penampilan tubuhnya baik itu bentuk tubuh maupun berat badan, menerima segala kekurangan yang ada pada tubuhnya dan juga tidak terlalu menaruh perhatian pada media yang terus mempromosikan bagaimana seharusnya tubuh seorang perempuan, ataupun orang lain yang berkomentar mengenai tubuh. Mahasiswa perempuan dapat melakukan usaha-usaha untuk mempersiapkan diri supaya melakukan tugas perkembangannya dengan baik seperti dalam hal pekerjaan dan mencari pasangan atau membina hubungan romantis.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat tidak hanya melakukan penelitian mengenai pengaruh *fat talk* dan *body dissatisfaction* saja, tetapi melakukan penelitian mengenai *positive body talk* terhadap *body dissatisfaction*. Selain itu, peneliti selanjutnya diharapkan pula dapat melakukan penelitian eksperimen

yang menggunakan *treatment* yang memiliki pengaruh lebih kuat dibandingkan dengan cerita. Terakhir, peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian *body dissatisfaction* kepada sampel yang berbeda, contohnya pada mahasiswa laki-laki di Kota Bandung.